

## “Wat maakt dat mijn team in winst gelooft?” De bronnen van teamvertrouwen in volleybalteams

2012



**Katrien Fransen**

M.m.v. Prof. Bert De Cuyper,  
Prof. Filip Boen,  
Prof. Norbert Vanbeselaere,  
Prof. Gert Vande Broek

Beste coach,

Beste speler,

De enthousiaste en massale medewerking van talrijke volleybalspelers en -coaches in Vlaanderen maakte het mogelijk dit document op te stellen. Het bevat de resultaten van onze studie over de bronnen van teamvertrouwen binnen volleybal. Wat maakt dat spelers en coaches overtuigd zijn dat ze de wedstrijd gaan winnen? Op die vraag proberen wij in dit document een antwoord te bieden.

Bovendien vindt u naast de objectieve resultaten ook de visies van enkele topcoaches binnen volleybal op de vertaling van deze resultaten naar het veld.

Wanneer u deze informatie verder wil verspreiden en/of wil publiceren, mag ik u dan vragen eerst met mij contact op te nemen? Alvast hartelijk dank!

Hopelijk kunnen deze resultaten u helpen om het teamvertrouwen binnen uw team steeds zo hoog mogelijk te houden en zo ook de prestatie van uw team te optimaliseren. Alvast veel succes!

Sportieve groeten,

Dra. Katrien Fransen

Prof. Bert De Cuyper

Prof. Filip Boen

Prof. Norbert Vanbeselaere

Prof. Gert Vande Broek

Katrien Fransen - Aspirant FWO  
Onderzoeksgroep Fysieke Activiteit, Sport & Gezondheid  
Departement Bewegingswetenschappen  
KU Leuven  
Katrien.Fransen@faber.kuleuven.be

## INHOUDSTAFEL

A. De oorzaken van teamvertrouwen in volleybalteams.....	4
1. Deelnemers.....	4
2. Resultaten.....	6
3. Conclusies.....	7
4. Vertaling naar het veld door Brecht Van Kerckhove en Julien Van De Vyver.....	8
B. Over de auteurs.....	9

## A. De oorzaken van teamvertrouwen in volleybalteams

In dit document presenteren we de resultaten van een eerdere studie binnen mijn doctoraat die de oorzaken van teamvertrouwen bij spelers en coaches onderzocht, dit specifiek binnen volleybal.

Teamvertrouwen; het vertrouwen van spelers dat ze met hun team een bepaald doel kunnen bereiken, blijkt uit voorgaand onderzoek een cruciale factor te zijn voor een optimale teamprestatie. Hoogstwaarschijnlijk hebt u dit zelf op een volleybalveld reeds meegemaakt; spelers die in winst blijven geloven en zo een haast onmogelijke achterstand nog recht zetten, of anderzijds spelers die alle vertrouwen in hun team verliezen, hun hoofd laten hangen en zo hun “geloof in verlies” bevestigd zien in de uitslag van de wedstrijd.

Gezien de belangrijke link met prestatie onderzochten we in deze studie welke factoren dit teamvertrouwen veroorzaken. Wat maakt dat spelers rotsvast geloven dat ze de wedstrijd gaan winnen en wat zorgt ervoor dat ze alle vertrouwen verliezen en hun hoofd laten hangen?

### *1. Deelnemers*

In totaliteit namen 2365 personen, actief in de volleybalwereld, deel aan onze studie. In onderstaande grafieken kan u de gedetailleerde verdeling van de deelnemers terugvinden wat betreft de verdeling speler/coach, dames- of herenteam en het volleybalniveau.

Fig. 1 Het totaal aantal spelers, coaches en personen die beide functies combineren

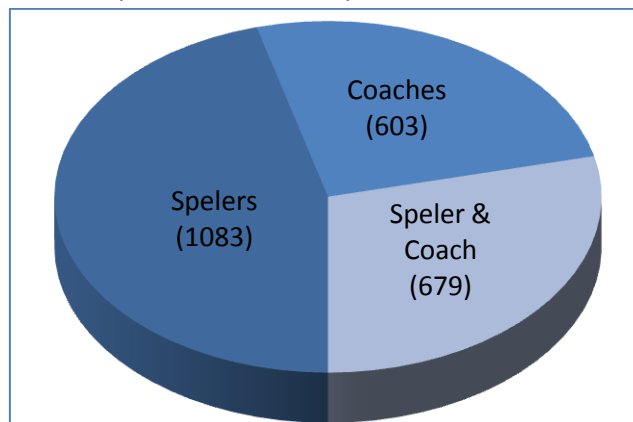


Fig. 2 De verdeling tussen dames- en herenteams

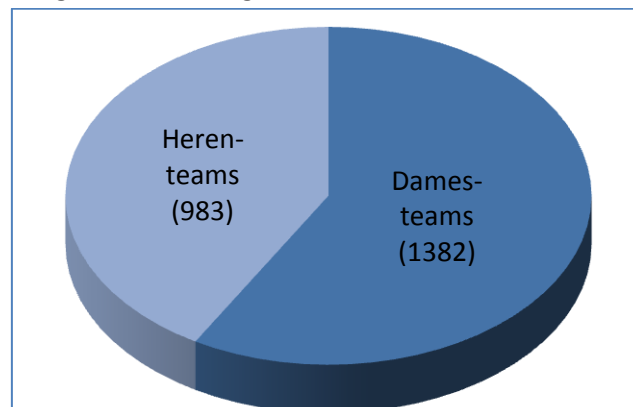


Fig 3. Het niveau van de deelnemende spelers en coaches uit **herenteams**

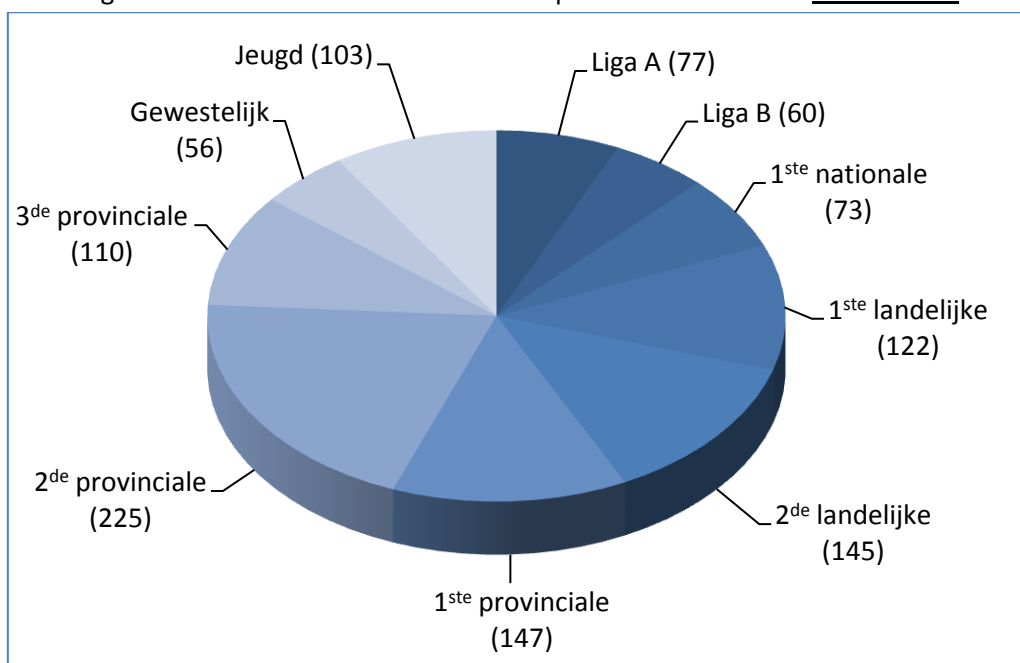
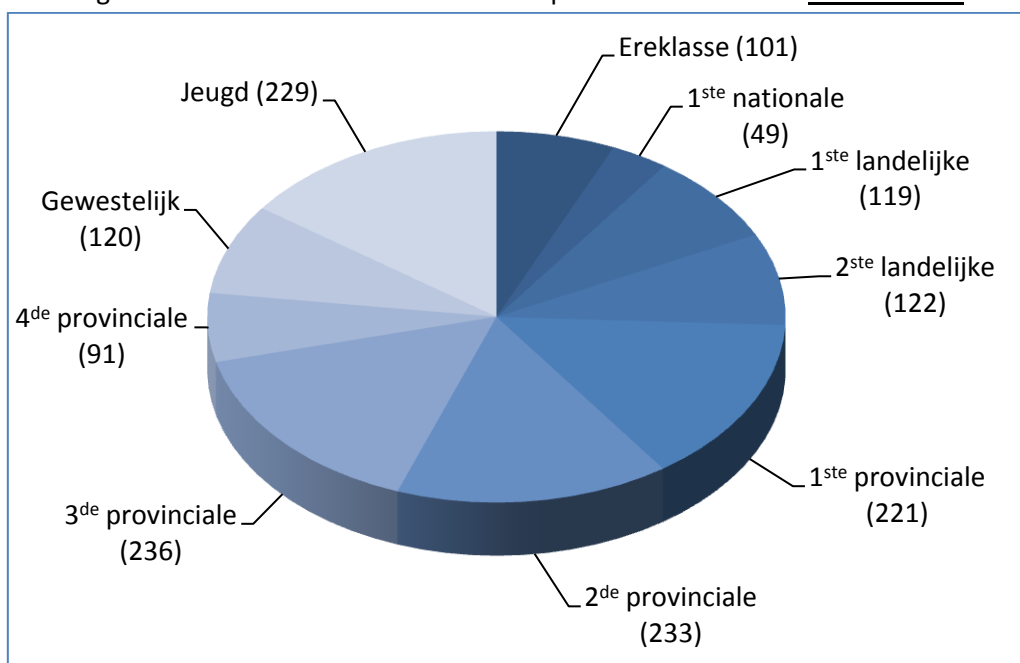


Fig 4. Het niveau van de deelnemende spelers en coaches uit **damesteams**



## 2. Resultaten

In deze studie onderzochten we wat de belangrijkste indicatoren waren van teamvertrouwen. Wat maakt dat spelers blijven geloven in winst en anderzijds wat maakt dat ze ervan overtuigd zijn dat ze de wedstrijd gaan verliezen. Daartoe vroegen we eerst aan 33 expertcoaches wat volgens hen de mogelijke oorzaken zijn van dit teamvertrouwen. Op basis van hun antwoorden werd een lijst samengesteld met 40 mogelijke oorzaken van dit teamvertrouwen.

Vervolgens werd de grote groep van 2365 coaches en spelers gevraagd deze 40 mogelijke oorzaken een score te geven tussen -3 en +3, die weergaf in welke mate dit gedrag of deze situatie een effectieve voorspeller was van het vertrouwen dat hun team de wedstrijd zou winnen of verliezen. Dit gebeurde op volgende manier:

*Als dit gedrag of deze situatie zich stelt...*

- ✓ ... ben ik er vast van overtuigd dat we deze wedstrijd gaan winnen. (= score 3)
- ✓ ... heeft dit geen invloed op mijn geloof in winst of verlies. (= score 0)
- ✓ ... ben ik er vast van overtuigd dat we deze wedstrijd gaan verliezen. (= score -3)

De analyses resulteerden in volgende top 5 van belangrijkste oorzaken van dit teamvertrouwen.

1. Het team komt heel enthousiast samen na een gewonnen punt (bv. intensiteit, snelheid bijeen komen, geluid yell).
2. Leidersfiguren op het veld geloven erin dat de wedstrijd zal gewonnen worden en stralen dit ook uit.
3. Er wordt enthousiast gesupporterd tussen de rally's, zowel door bankspelers als door spelers op het veld.
4. De spelers communiceren veel tussen de rally's in (bv. elkaar aanmoedigen).
5. De vorige wedstrijd tegen dezelfde tegenstander werd gewonnen

Anderzijds zijn er ook factoren die dit teamvertrouwen negatief kunnen beïnvloeden. Hieronder vindt u de top 5 van belangrijkste oorzaken van gebrek aan teamvertrouwen.

1. Bij een fout van een ploegmaat reageert een speler kwaad en gefrustreerd.
2. Eén of meer spelers vertonen moedeloze lichaamstaal na een verloren punt bv. 'nee'-schudden, naar de grond kijken, gebogen houding.
3. Een speler durft geen moeilijke opties meer nemen (bv. geen lange afstandpas door setter, te eenvoudige opslag)
4. Bij een fout van een ploegmaat negeert een speler deze i.p.v. hem/haar een schouderklopje te geven.
5. Eén of meerdere spelers maken fouten tegen afspraken (bv. ballen in andere zones verdedigen).

### 3. Conclusies

Opmerkelijk hierbij is dat zowel coaches als spelers dezelfde factoren aangaven als belangrijkste voorspellers van dit teamvertrouwen. Verder werd geen verschil gevonden in deze percepties tussen de verschillende niveaus en tussen dames- en herenteams. Zelfs de leeftijd en het aantal jaren ervaring hadden geen invloed. Dit maakt dat deze bevindingen gelden voor de meeste volleybalteams.

Daarnaast kunnen we concluderen dat de belangrijkste oorzaken steeds het gedrag van de spelers weergeven. Binnen de 40 items zaten ook heel wat items gaande over de prestatie van het team, bv. 'Het team staat aan de leiding/staat achter bij de technische time-out van 16ptn' of 'Binnen eenzelfde rotatie verliest het team 3 of meer punten op rij door fouten in receptie'. De resultaten wezen uit dat coaches en spelers gedragsfactoren echter als belangrijkere voorspeller voor het teamvertrouwen zien dan de teamprestatie.

Voorgaande bevindingen bieden mogelijkheden om het teamvertrouwen van de spelers te beïnvloeden en te verhogen, om zo de prestatie van uw team te optimaliseren. Om dit te bereiken suggereren deze resultaten dat enthousiasme en communicatie de belangrijkste factoren zijn. Zeker wanneer het team aan het verliezen is, wordt communicatie des te belangrijker om een kanteling teweeg te brengen. Daarnaast komt ook hier weer het belang van leidersfiguren naar voor. Aansluitend op de voorgaande studie rond leiderschap blijkt ook hier dat een goede leider, die zijn teamvertrouwen op het veld duidelijk laat blijken, een belangrijke factor is voor een optimale teamprestatie.

Indien u meer gedetailleerde informatie wenst over deze studie naar oorzaken van teamvertrouwen binnen volleybal, verwijs ik u graag door naar het reeds gepubliceerde artikel, wat u eveneens kan downloaden op deze website:

"Yes, we can!": Perceptions of collective efficacy sources in volleyball.  
<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02640414.2011.653579>

**Vertaling naar het veld door topcoach Brecht Van Kerckhove**

Meerdere studies tonen aan dat zelfs een “gemaakt” gedrag het gevoel of ‘state of mind’ kan veranderen. Als je coach vertrouwen uitstraalt zal je team dat ook makkelijker oppikken. En dat geldt dus voor alle prominente figuren in het team. Het is dus heel belangrijk dat zij een positieve en vertrouwensvolle uitstraling hebben. Het is bijgevolg belangrijk te weten als coach welke spelers die impact hebben op anderen, anders kan het een omgekeerd effect hebben. In die optiek is het ook belangrijk te coachen met positieve opdrachten in tegenstelling tot; “je mag NIET”... in het net slaan of missen.

Als trainer is het meestal niet zo moeilijk om de kantelmomenten van winst naar verlies aan te voelen of te zien omslaan, maar wel om de juiste reactie te geven om het toch terug in winstkansen om te draaien. Daar is het heel belangrijk je spelers te kennen en ook te weten wat hun triggerpunten zijn. Op de eerste plaats blijft sport ook sport en daar geldt meestal de wet van de sterkste en/of slimste. Daarmee bedoel ik dat je nog zo positief en vol vertrouwen kan zijn; als je tegenstander beter is, dan zal je het verlies moment heel moeilijk kunnen omdraaien.

**Vertaling naar het veld door topcoach Julien Van De Vyver**

Teamvertrouwen start bij een sterk leidersfiguur op het veld. Iemand die het team kan laten geloven dat winnen kan. De coach heeft hier een belangrijk aandeel, maar de natuurlijke leider van de ploeg ook.

Vertrouwen in een team ontstaat wanneer de rol en de verantwoordelijkheden van en voor iedereen duidelijk zijn. Vertrouwen komt er ook wanneer iedereen zich fysiek en mentaal goed voelt. Een andere factor is veel balcontrole en spelcontrole te hebben. Dan weet iedereen dat je na een foutje kan terugvallen op een standaard die stabiliteit garandeert.

Je moet je ploeg ook in een bepaalde flow krijgen. Zij moeten geloven dat wanneer je team op die manier speelt het eigen niveau maximaal is en dat zo de tegenstrever mentaal onder druk gezet wordt.

Ik geloof sterk in agressief extrovert spel gekoppeld aan rationaliteit en spelcontrole. Fysieke uitstraling en communicatie zijn belangrijke parameters.



B. Over de auteurs

**Katrien Fransen**

- Doctoraatsproject binnen de onderzoekslijn 'Sportpsychologie en Coaching' aan de KU Leuven (2010 - 2014)
  - o "Athlete leaders as key figures for an optimal team performance: The mediating role of players' team confidence and their team identification"
- Docent praktijk en theorie volleybal – KU Leuven
- Coach universitair volleybalteam KU Leuven (2009 - ...)
- Assistent-coach Nationaal jeugdteam & Nationaal junioren team volleybal (2010 - 2011)
- Academische diploma's
  - o Master Lichamelijke Opvoeding en Bewegingswetenschappen – Afstudeerrichting Sportpsychologie en Coaching
  - o Licentiaat Fysica
  - o Geaggregeerde voor het hoger secundair onderwijs
- Trainer A volleybal